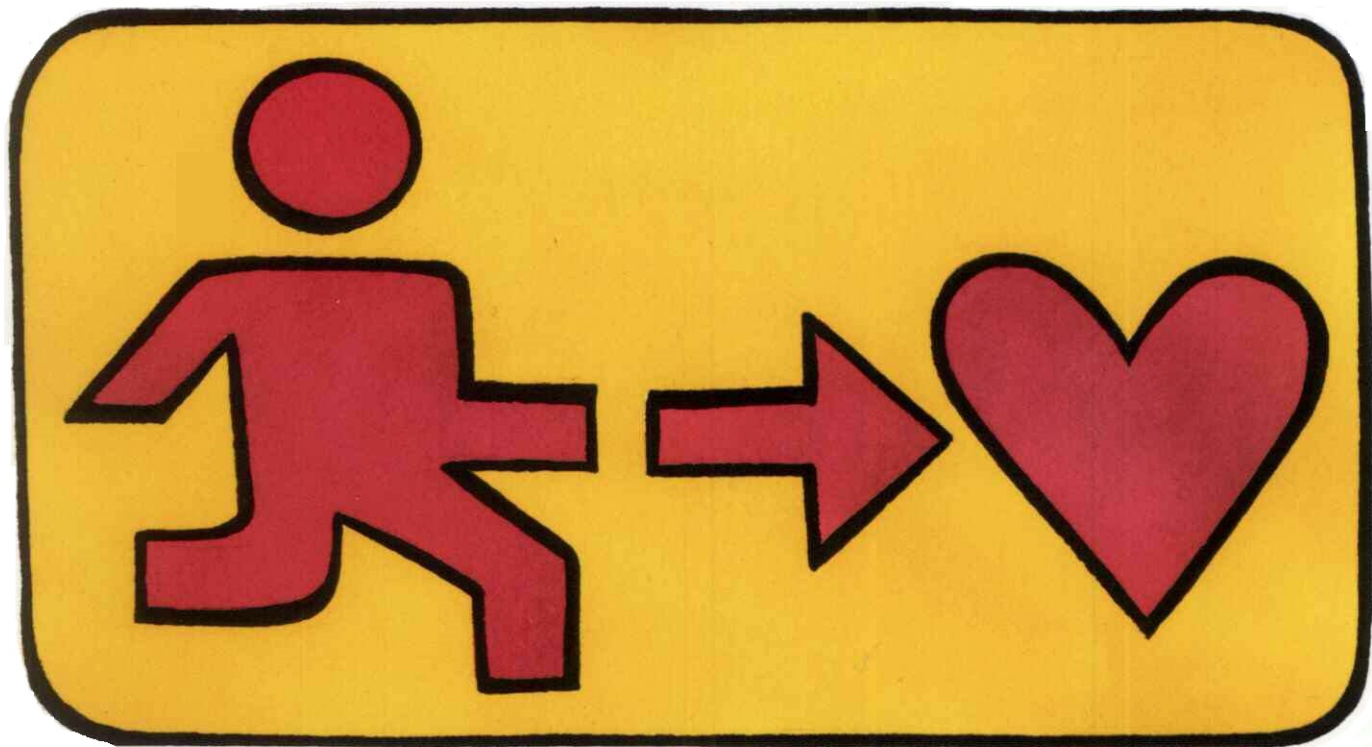


Uscita di sicurezza

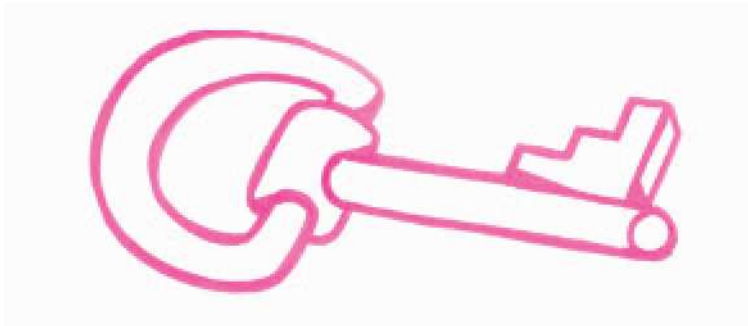


Ministero del lavoro e delle politiche sociali
Centro nazionale di documentazione e analisi per l'infanzia e l'adolescenza
Istituto degli Innocenti di Firenze

Uscita di sicurezza

La violenza sugli adolescenti: la parola ai ragazzi e alle ragazze

per uscire dal **silenzio**



Ministero del lavoro e delle politiche sociali

Centro nazionale di documentazione e analisi per l'infanzia e l'adolescenza

Istituto degli Innocenti di Firenze

Disagio e violenza in **adolescenza**:

Adolescenza... sono anni di cambiamenti che ci fanno crescere e costruiscono la nostra identità.

Ci sentiamo come una pianta un po' strana che sta cercando una sua forma...

Non esiste una medicina **magica** contro il senso di inadeguatezza che a volte abbiamo nei confronti del nostro corpo che si **trasforma**, contro l'insicurezza e la sensazione di trovarsi sempre fuori posto...

Un campo di battaglia è la famiglia: quante discussioni per conquistarci un po' di indipendenza e degli spazi nostri!

A scuola poi si sovrappongono un sacco di problemi: a parte i 5 in pagella, bisogna fare i conti con i prof. Anche con il gruppo degli amici non è sempre facile:

Disagio e violenza

la **parola** ai ragazzi e alle ragazze

qualche volta

ce li sentiamo vicini, qualche volta è come se improvvisamente se ne fossero andati su Marte! C'è poi l'amore e la sessualità con tutte le insicurezze, i **dubbi** e le paure che si portano dietro.

E come se non bastasse a volte sorgono problemi più gravi dai quali nasce una sofferenza che non sappiamo o non possiamo superare da soli. Spesso si sottovaluta quanto noi "adolescenti" possiamo stare male. Spesso si parla di noi, ma non con noi. Questa volta siamo noi a parlare dei momenti di difficoltà e di temi importanti

ma dei quali non si dice molto. Uno di questi temi è la violenza che possiamo **subire, o aver subito.**



in adolescenza



Siamo un gruppo di dieci ragazzi e ragazze provenienti da varie parti d'Italia e abbiamo alle nostre spalle anni di vita caratterizzati da esperienze differenti.

Pur non conoscendoci abbiamo provato a mettere insieme le nostre idee e a confrontarci sul tema della violenza di cui leggerai in questo opuscolo che hai tra le mani.

Non è stato facile.

La violenza produce silenzio. È difficile pensarla, parlarne e comunicare le emozioni che scatena.

Abbiamo provato a farlo perché siamo convinti che sia importante parlarne e provare a capire cosa è possibile fare per trovare un'**Uscita di sicurezza** da situazioni di sopraffazione in cui possiamo trovarci tra coetanei o con adulti, in famiglia o con estranei.

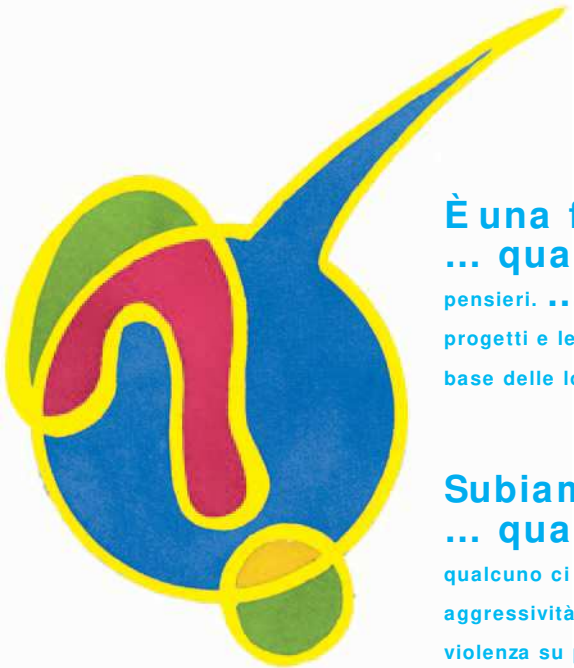


Presentazione



Cosa si dice **violenza...**

**VIOLENZA È QUALSIASI TENTATIVO DI
ESERCITARE UN POTERE
E UN DOMINIO SU UN'ALTRA PERSONA.**



È una forma di maltrattamento...

... **quando** non ci è mai permesso di esprimere le nostre idee e i nostri pensieri. ... **quando** ci scoraggiano sistematicamente, deridono e svalutano i nostri progetti e le nostre attività. ... **quando** gli adulti ci costringono a fare scelte sulla base delle loro ambizioni e aspirazioni, che vogliono realizzare attraverso di noi.

Subiamo una violenza...

... **quando** una persona ci impone la sua autorità con la forza. ... **quando** qualcuno ci prende, ci blocca, impedisce ogni nostra reazione e riversa su di noi la sua aggressività. A volte ne portiamo i segni visibili addosso. ... **quando** assistiamo a violenza su persone che ci sono care.

Subiamo un abuso...

... quando noi o il nostro corpo siamo oggetto di commenti imbarazzanti a sfondo sessuale **... quando** siamo obbligati ad assistere a scene erotiche, pornografiche o di violenza sessuale **... quando** subiamo contatti fisici che ci mettono a disagio e che non vogliamo **... quando** siamo costretti ad avere un rapporto sessuale

Maltrattamenti, violenze e abusi possono avvenire anche all'interno della famiglia.



SONO VIOLAZIONI DEI NOSTRI DIRITTI. NESSUNO PUÒ COMPIERLE.

Le relazioni affettive e la violenza

Qualche volta siamo stati e siamo imprudenti, ci fidiamo di persone, adulte o coetanee, che non conosciamo abbastanza e poi ci accorgiamo di essere in **pericolo**. In un rapporto a due ci sentiamo **sicuri** quando ci sono il rispetto e la fiducia reciproci; **quando è possibile esprimere il nostro punto di vista**, le cose, le parole e i gesti che ci fanno piacere e quelli che ci danno fastidio, ci imbarazzano o ci fanno paura.

Poter condividere emozioni e timori è un modo per conoscersi e avere la possibilità di vivere l'affettività e la sessualità come qualcosa di **naturale**, senza costrizioni.

Non crediamo di dover accettare qualsiasi richiesta del/della partner solo per il fatto che formiamo una coppia: **l'intimità tra due persone non giustifica** la sopraffazione e la violenza.



**SE NON VOGLIAMO AVERE RAPPORTI
TROPPO RAVVICINATI O SESSUALI
CI DOBBIAMO SENTIRE LIBERI DI
POTER DIRE: NO!**

Come mi sento se ho subito una violenza?

« All'inizio non capivo cosa accadeva, diventavo incapace di fare o di dire qualsiasi cosa. Mi sentivo come paralizzata dalla **confusione** e dalla paura. Poi avevo il timore che potesse accadere di nuovo e stavo attenta a come mi comportavo, evitavo di incontrarlo, di restare sola con lui in una stanza. Facendo così pensavo che **non sarebbe più successo** e invece le violenze si ripeterono nel tempo. I miei tentativi non servivano a molto. Lui era il grande, l'adulto e **IO SOLO una bambina**. Ho impiegato un sacco di tempo prima di riuscire a dare un nome a ciò che subivo: **abuso sessuale**. »

Il dolore

Quando subiamo o assistiamo a violenze proviamo sentimenti molteplici e talvolta in contrasto tra loro. È importante riconoscere queste emozioni per riuscire a dare loro un nome e comunicarle a persone che ci sono vicine, di cui ci fidiamo e che ci possono aiutare.

ESISTONO PAROLE ANCHE PER CIÒ CHE APPARE INCOMPRESIBILE O INDICIBILE.

Come

Può essere difficile chiedere aiuto perché possiamo sentirci confusi o colpevoli di ciò che accade o è accaduto. Perché abbiamo paura e temiamo le conseguenze della rottura del silenzio e del segreto.

« È come essere dentro un acquario, tutti ti vedono muovere le labbra e nessuno ti sente. Tutti ti guardano sbattere contro il vetro e nessuno può parlarti.

Io non ho la forza di romperlo quel vetro. Poi però dall'altra parte qualcuno incomincia a cercare di leggerti le labbra, rispetta il tuo silenzio e pronuncia al tuo posto le parole che tu non puoi dire.

E allora, finalmente, riesco a creare un contatto, uno scambio. Siamo in due. »



Vergogna e senso di colpa

Ci vergogniamo di ciò che ci è accaduto e ci accade. Proviamo imbarazzo perché ci sembra di essere diversi dagli altri e di avere qualcosa da nascondere. Proviamo vergogna perché ci sentiamo, o ci hanno fatto sentire, corresponsabili, colpevoli e quindi temiamo il giudizio degli altri.

mi sento

Impotenza

Ci sentiamo impotenti perché ci fanno vivere situazioni che sentiamo “troppo grandi” per noi, alle quali non sappiamo come reagire, e così ci convinciamo di non poterle cambiare. Proviamo impotenza anche quando non riceviamo una risposta alla nostra richiesta di aiuto e questo ci può frenare nel tentare di parlare ancora.



Isolamento - Solitudine


A volte ci guardiamo intorno ma veniamo ignorati e ci sembra che nessuno possa capirci. Abbiamo paura di essere giudicati e può capitare che ci chiudiamo in noi stessi. In altri casi sentiamo il bisogno di “scappare” proprio dalle persone di cui ci fidiamo.


« Ci sentiamo come un uccello che non può volare o come davanti a muri troppo alti. »



Per riprendere il volo o riuscire a superare quel muro può essere necessario chiedere l'intervento di qualcuno.

Si può chiedere aiuto?

 : Quando  parlava con me, sentivo che lui era come se fosse la mia voce. Il mio silenzio esprimeva il fatto che non avevo voglia di raccontare, però c'era un contatto.

 : All'inizio cercavo uno scambio, ma poi c'era silenzio. La immaginavo rannicchiata in una stanza chiusa. Provare a riempire le sue pause era come tenderle una mano per tirarla fuori.

 : Lui diceva parole concrete che io avrei voluto dire, ma non riuscivo a farlo, lui le diceva al mio posto. Lo sentivo vicino con voce ferma.

 : Quando ho chiesto a  come stava, ha iniziato a parlare. C'era un contatto, c'era un legame, poi c'è stato silenzio e io ho provato a tirar fuori delle parole. All'inizio la sentivo preoccupata, questo mi faceva pensare a me stesso. Anch'io ho smesso di parlare e c'è stato uno scambio nel silenzio.





Se c'è una grande sofferenza dentro di noi

possiamo parlare con qualcuno. Abbiamo la libertà di scegliere con chi farlo: un amico, un familiare, una persona di cui ci fidiamo, un adulto non coinvolto.


Ci sono delle volte in cui la nostra forza e la nostra volontà non bastano

per superare un ostacolo: è in quei momenti che rivolgendoci a qualcuno possiamo trovare ciò di cui abbiamo bisogno.

Parlare ci consente di condividere un'esperienza e di guardare ciò che ci fa soffrire da un altro punto di vista, attraverso gli **occhi** di chi ci ascolta.

LA CONDIVISIONE CON L'ALTRO È GIÀ UN PASSO AVANTI PER USCIRE DALLA SOLITUDINE, E CONDIVISO CON L'ALTRO IL TUO DOLORE PESERÀ MENO.

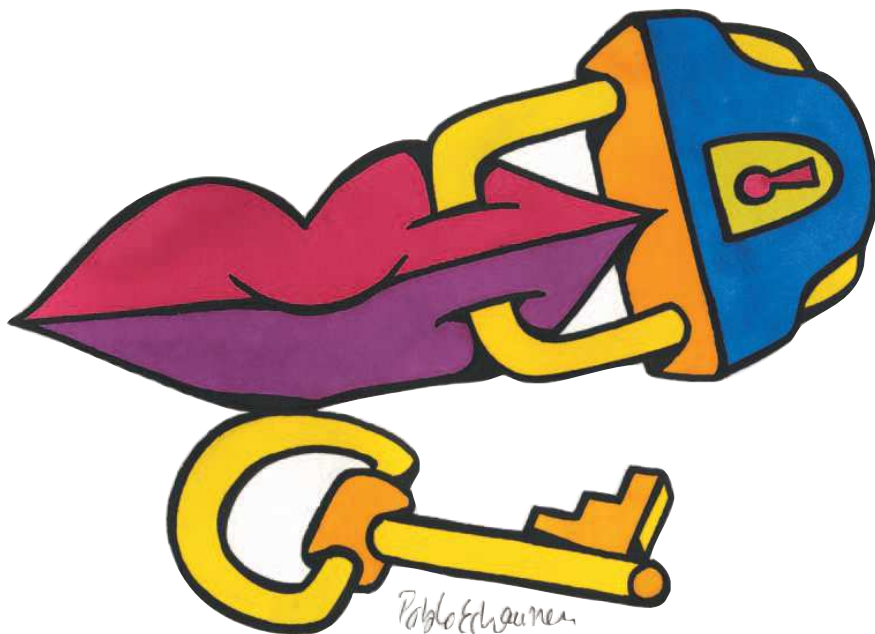
Ciao ,

non so come ti trovi ma spero che tu sia riuscito a risolvere il tuo problema o perlomeno a parlarne con qualcuno. Quando stavi qui non abbiamo mai discusso seriamente di quello che ci accadeva, ma ora che è passato del tempo mi sento pronta a parlarne. **Parlare**, è così che mi sono sentita meglio. **Parlare**, uscire, frequentare altre persone: tutto questo mi ha aiutata, e ora mi sento più forte e pronta anche per aiutare altre persone, magari anche te. **È stata dura**, mi sono vergognata, ma la necessità di trovare un aiuto ha prevalso sulla vergogna. **Mi sono guardata intorno e sono riuscita a vedere delle persone che ascoltavano**, cercavano di capire, consigliavano e con mano ferma aiutavano. Ho cominciato confidandomi con la mia migliore amica, mi sono sfogata e ho sentito che parte del mio peso usciva insieme alle mie parole... ma, te lo confesso, avevo paura di ritirare fuori quel passato che mi faceva così male. **Avevo paura di aprirmi**, di far conoscere parti di me che non pensavo avrei avuto la forza di raccontare. Temevo di essere giudicata. Già stavo male e a tutti i miei problemi si aggiungeva anche quello di dover cercare il **CORAGGIO** per chiedere aiuto a qualcuno. Sai , in alcuni momenti abbiamo davvero bisogno di fidarci degli altri, di qualcuno che ci dia ascolto e ci stia vicino. Non dovremmo dimenticare il conforto che dà un abbraccio, un gesto, un **SORRISO**. Mi sono accorta che questo non è umiliante. Sentiamoci presto, **IO SONO QUI**. Fammi sapere...

La paura di parlare

Talvolta chi subisce violenza non vuole raccontare ciò che gli/le accade né vuole farsi aiutare perché ha paura delle conseguenze per sé e per chi gli/le ha fatto del male.

Anche se queste paure sono comprensibili, parlare di ciò che accade è una **fatica** che dobbiamo sobbarcarci per noi stessi e per gli altri: **rompere** il nostro silenzio può impedire che altri patiscano quello che noi abbiamo sofferto. Ciò può dare **inizio** a un percorso che talvolta è complesso, ma può portarci a trovare dei modi e degli strumenti per dare aiuto a noi stessi, alle persone che ci sono vicine e, paradossalmente, anche a chi ci fa del male. Gli abusanti e i violenti possono trarre beneficio dell'**interruzione** di questi comportamenti e possono cominciare a capire le conseguenze delle loro azioni.



Per la nostra sicurezza e **protezione**

Possiamo trovare **aiuto** presso le strutture sociosanitarie, dove ci possiamo recare gratuitamente e non necessariamente accompagnati da un familiare. Qui potremo trovare persone che ci aiutino a comprendere ciò che stiamo vivendo ed eventualmente siano in grado, al posto nostro, di fare delle scelte indispensabili per la nostra protezione.

Talvolta, invece, **siamo vittime** di atti che sono dei veri e propri reati. In questi casi può essere necessario il coinvolgimento degli **operatori** dei servizi sociali e dei giudici del tribunale per i minorenni o del tribunale penale. Si tratta di persone che hanno la possibilità di prendere delle decisioni importanti per la nostra **sicurezza**.





16

I servizi sociali e sanitari del territorio

hanno il compito di offrire ascolto ai bisogni di tutti coloro (adulti, bambini e bambine, ragazzi e ragazze, giovani e anziani) che abitano in una determinata zona e dare avvio a interventi di supporto che possono essere di tipo economico, psicologico, medico, educativo, ecc.

Il tribunale per i minorenni

ha una competenza specifica a intervenire a tutela dei bambini e dei ragazzi e a prendere provvedimenti adeguati quando si trovano in situazioni di difficoltà all'interno o all'esterno della famiglia.

Il tribunale per i minorenni interviene anche quando un atto che viola la legge è stato compiuto da un minore. In questo caso il giudice opera affinché il suo intervento sia finalizzato al recupero e abbia funzioni educative.

Il tribunale penale

serve a individuare l'adulto responsabile di un reato e ad applicare le leggi riferite al caso che sono state violate.

Dare aiuto

È molto difficile capire il tipo di aiuto di cui un amico o un'amica possono avere bisogno. Questo bisogno può essere muto, nascosto e, anche se non si fa vedere né sentire, c'è e noi lo percepiamo.

Chi ha bisogno di aiuto talvolta riesce a chiedercelo esplicitamente, ma può anche capitare che, nonostante desideri parlare, rimanga in silenzio perché si vergogna, è spaventato o teme il nostro giudizio. Noi possiamo provare a cogliere il momento giusto per parlarle/parlargli.

Qualche volta anche solo la capacità di ascoltare può essere di aiuto, ma ci sono casi in cui ci rendiamo conto che è necessaria la collaborazione di personale specializzato. Possiamo parlarne con il nostro amico o la nostra amica, raccogliere le informazioni che pensiamo siano utili e fargli/le capire anche così che noi siamo al suo fianco.


A chi rivolgersi?

18



- ➔ a una persona fidata (un amico, un familiare, un insegnante, ecc.);
- ➔ agli operatori dei Centri Giovani del tuo Comune;
- ➔ agli operatori dei servizi sociosanitari (assistente sociale, psicologa/o, ecc.) della tua zona di residenza;
- ➔ agli operatori dei consultori familiari della tua zona;
- ➔ agli operatori di centri e associazioni specializzati nella tutela dei diritti delle bambine, dei bambini e degli adolescenti che possono esistere nella tua provincia o regione;
- ➔ a un operatore dell'Ufficio minori presso la questura* .

* È un ufficio nato nel maggio 1996 in ogni Questura come pronto soccorso per tutti i problemi dei bambini e dei ragazzi e delle famiglie in difficoltà. È composto da giovani ispettori (uomini e donne) della Polizia di Stato.



Per avere informazioni su **cosa fare** e a chi rivolgersi ricordati che puoi contattare anche gli operatori delle linee telefoniche d'informazione sugli interventi sociali o di aiuto per i minori:

il **114**, numero di emergenza attivato recentemente – e ancora in via di sperimentazione – dai Ministeri delle Comunicazioni, per le Pari opportunità e da quello del Lavoro e delle Politiche sociali allo scopo di offrire un servizio di emergenza a bambini e adolescenti che si trovano in situazioni di disagio e di rischio;

il tel. **840.002.244**, corrispondente al Centro di contatto della solidarietà sociale del Ministero del Lavoro e delle Politiche sociali, che offre ai cittadini servizi telefonici e via e-mail (contact_center@dipartimentoofaffarisociali.it) di informazione e orientamento su temi e problematiche sociali;

il **113**, per contattare l'Ufficio minori delle Questure;

il **199.151.515**, linea d'emergenza di Telefono Azzurro per adolescenti e adulti.

Inoltre, esistono molte **linee telefoniche locali** corrispondenti a centri e servizi specializzati, dei quali si può avere notizia presso le Asl e i servizi sociali.

Indicazioni più precise possono essere raccolte contattando gli Uffici Relazioni con il Pubblico (**URP**) delle Aziende sanitarie locali o dei Comuni, ai quali è possibile richiedere il numero di telefono dei centri di consulenza per i giovani e dei servizi sociali.



Trovare un'**Uscita di sicurezza** può essere difficile e complicato, ma è **possibile**

Progettazione e coordinamento Donata Bianchi

con la collaborazione di Francesca Bortolotto

Ideazione e testi di Annalisa M., Claudia C., Claudia G., Federica P., Ilaria S., Riccardo P., Sandra Milena S., Stephen H., Vannina M., Veronica C.

Si ringraziano per la collaborazione Paola Di Blasio, Maria Teresa Pedrocco Biancardi, Marianna Giordano, Giorgio Zanin, la classe 3^a D della scuola media di Pravidomini (PN) e il clan gruppo scout Pordenone

Illustrazioni Pablo Echaurren



Istituto degli Innocenti

P.zza SS. Annunziata, 12 - 50122 Firenze

Coordinamento editoriale Direzione Settore Attività Aldo Fortunati

Realizzazione grafica e redazionale P.O. Documentazione, Editoria e Biblioteca Cristina Caccavale, Anna Buia

